Balad'Iroise 16ème édition

ouest france
Justice et Liberté

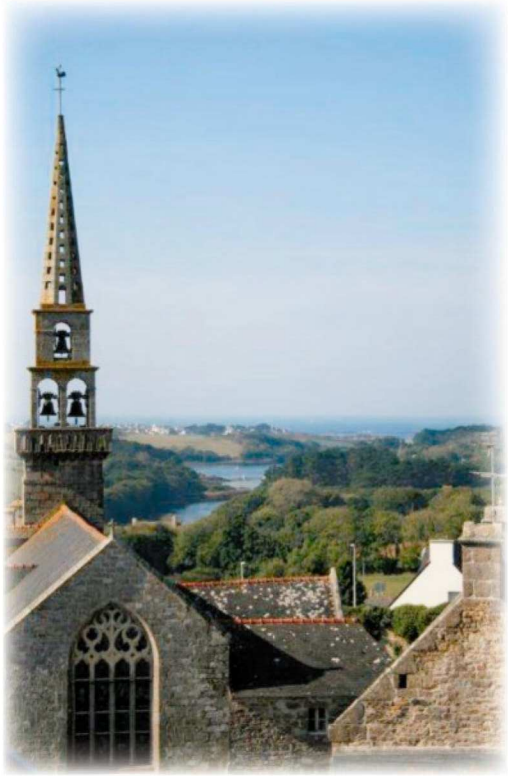
Brest
Rédaction
02 98 33 22 00
Avril 2015
16e édition

Dimanche 26 avril à Brélès et autour de l'aber Ildut

LA BALAD'IROISE

Randonnée pédestre et Course nature

5, 13, 18, 25 et 31 kilomètres **13 et 31 kilomètres**



Au départ de la salle Lez Kelenn à **Brélès** en passant par **Lampaul-Plouarzel, Lanildut, Plouarzel et Porspoder,** cinq circuits balisés vous emmèneront, en marchant ou en courant autour de l'aber Ildut, en bord de mer et dans la campagne du Pays d'Iroise.

La Balad'Iroise, c'est une journée de découvertes à partager en famille ou entre amis, chacun à son rythme…

- Randonnée - Départ en toute liberté pour les marcheurs entre 8 h 30 et 16 h
  Joëlettes disponibles pour les circuits de 5 et 13 km.
- Course nature - Top départ pour les coureurs à 8 h 30

Tarifs : + 12 ans : 6 € (+ 1 € le verre consigné) - 12 ans : inscription gratuite (+ 1 € le verre consigné).

Renseignements au Pays d'Iroise : 02 98 84 97 60 - www.pays-iroise.com

FFRandonnée Comité départemental Finistère
IMPRIMERIE PRIM
CA Finistère Banque et assurances Le bon sens a de l'avenir
addes
france bleu breizh izel
Compagnie maritime Penn Ar Bed
Pays d'Iroise Plein ouest, plus intense
SUPER U www.superu-plouarzel.com Menez Crenn - PLOUARZEL
E.Leclerc Ploudalmézeau
ouest france
Contre le cancer La Ligue Comité du Finistère

En marchant... LES CIRCUITS THÉMATIQUES En courant...

Départ en toute liberté entre 8 h 30 et 16 h

- 5 km : Les Chevaliers
- 13 km : La Reine
- 18 km : Les Carriers
- 25 km : Les Marquises
- 31 km : Les Ducs

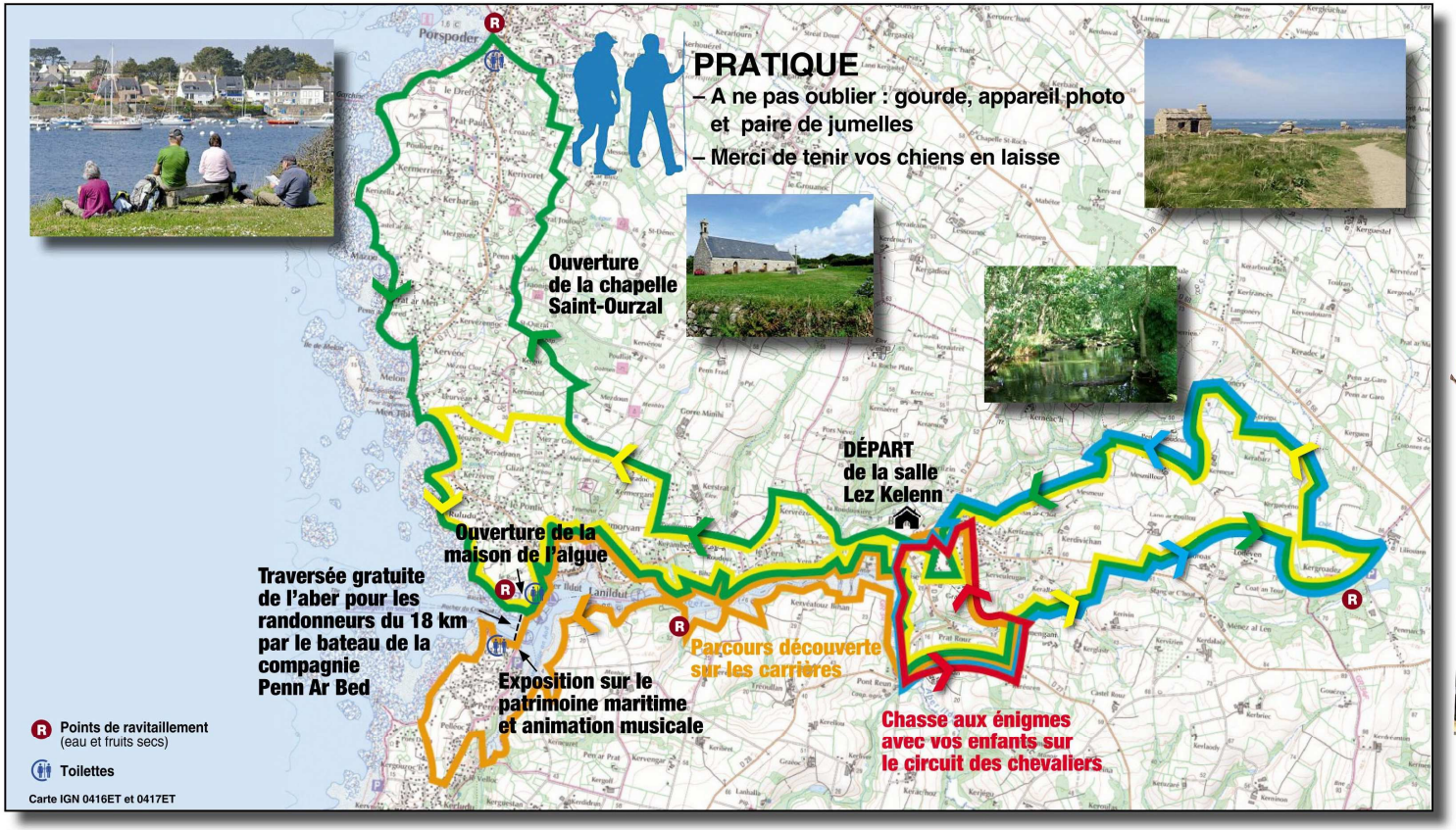
Circuits accessibles grâce aux joëlettes, fauteuil mono roue adapté à la randonnée, prêtées par l'organisation. Réservation de la joëlette par téléphone avant le 20 avril.

Top départ unique pour ces 2 circuits à 8 h 30

- 13 km : La Reine
- 31 km : Les Ducs

Présentation obligatoire d'un certificat médical d'aptitude à la course à pied en compétition datant de moins d'un an.

Ces kilométrages sont dorénavant contrôlés par GPS.


PRATIQUE
– A ne pas oublier : gourde, appareil photo et paire de jumelles
– Merci de tenir vos chiens en laisse
Ouverture de la chapelle Saint-Ourzal
DÉPART de la salle Lez Kelenn
Ouverture de la maison de l'algue
Traversée gratuite de l'aber pour les randonneurs du 18 km par le bateau de la compagnie Penn Ar Bed
Parcours découverte sur les carrières
Exposition sur le patrimoine maritime et animation musicale
Chasse aux énigmes avec vos enfants sur le circuit des chevaliers
Points de ravitaillement (eau et fruits secs)
Toilettes
Carte IGN 0416ET et 0417ET

Cette année, les châteaux et manoirs seront à l'honneur de cette 16e édition. Vous aussi, prêtez-vous au jeu et venez costumés en chevalier ou princesse à la Balad'Iroise !

AU VILLAGE D'ACCUEIL, SALLE LEZ KELENN

PROGRAMME DES ANIMATIONS

Stands des associations et producteurs locaux

- Découverte des communes traversées et du Pays d'Iroise
- Exposition sur les carrières de l'aber Ildut avec remise d'un document découverte sur le 18 km
- Exposition et démonstration de sculptures (bois et pierre) et vanneries
- Exposition et ateliers calligraphie pour petits et grands
- Exposition Arts plastiques
- Exposition sur le phare du Four et la cueillette du goémon d'épave
- Vente de produits à base de miel et présentation d'une ruchette vitrée avec panneaux pédagogiques
- Présence de la SNSM

La Balad'Iroise des enfants

- Chasse aux énigmes sur le circuit des chevaliers (5 km)
- Jeux en bois, tir à l'arc et sarbacane pour petits et grands

- Atelier maquillage
- Atelier initiation à la sculpture sur bois et à la calligraphie

Horaires des festivités musicales

- 12 h - 13 h 15 : Melkern - Folk irlandais
- 13 h 45 - 14 h 30 : Roc'h an Poulout Muzik Variétés françaises et internationales
- 14 h 45 - 15 h 30 : Ensemble de musique traditionnelle Iroise - Musique du monde
- 15 h 45 - 16 h 30 : Stöht dans le cadre de la programmation du Hot Club Jazz Iroise.
- 16 h 45 - 18 h : Fest-deiz avec Gwiniz du et Accor'ami

BALAD'IROISE, OBJECTIF ZÉRO DÉCHET

1 € de consigne

Gobelets consignés, mode d'emploi !

Cette année, le billet de la Balad'Iroise est de nouveau gratuit pour les moins de 12 ans et à 6 € pour les plus de 12 ans.
Un stand de gobelets consignés à 1€ est à votre disposition sur le village pour toutes vos consommations.
Avant de quitter le village, n'oubliez pas de venir sur le stand pour vous faire rembourser votre consigne.
Ces gobelets seront ensuite lavés et séchés afin de resservir un maximum de fois pour d'autres manifestations.
L'utilisation de gobelets réutilisables pour les fêtes du Pays d'Iroise a permis d'économiser 55 000 gobelets jetables depuis 2013 !

BALAD'IROISE ENSEMBLE CONTRE LE CANCER

1 € par participant reversé à la Ligue contre le cancer

Soutenons ensemble les campagnes de dépistage des cancers du sein, du colon, du rectum et du col de l'utérus. Présence du Comité du Finistère à la Balad'Iroise.

RESTAURATION

- Buvette et vente de crêpes à l'unité
- Stand Soupes conçues à partir de produits locaux
- Stand Frites fraîches

AUTOUR DE L'ABER ILDUT

Les grandes fêtes 2015
- Les Petites Folies à Lampaul-Plouarzel : les 23 et 24 mai
- Le forum de l'algue à Lanildut : le 2 août
- La fête du crabe à Plouarzel : le 9 août
- La fête de la moisson à Porspoder : le 9 août
- La noce bretonne à Brélès : le 15 août
- Le festival l'Aber Blues : novembre

AU FIL DE L'ABER

L'Ildut est l'un des trois abers du Nord Finistère, bordé par le GR®34, célèbre sentier des douaniers, qui vous emmènera pour cette Balad'Iroise au départ de Brélès, vers Lanildut, Lampaul-Plouarzel, Plouarzel et Porspoder.

A voir en chemin :

- le château de Kergroadez,
- le manoir de Bel Air,
- le Rumorvan,
- la chapelle Saint-Ourzal,
- le phare du Four,
- le port Mazou,
- les carrières de granit,
- les fours à goémon,
- la maison de l'algue…

Comment m'inscrire à la Balad'Iroise ?

SI JE SUIS UN MARCHEUR…

Jusqu'au 15 avril par retour du coupon ci-dessous à : Pays d'Iroise - Zone de Kerdrioual CS 10078 - 29290 Lanrivoaré.

Jusqu'au 22 avril dans les offices de tourisme du Pays d'Iroise et de Brest Métropole.

Le jour de la Balad'Iroise au village d'accueil de 8 h 30 à 16 h.

Nombre de marcheurs de + de 12 ans_____ x 6 €

Nombre de marcheurs de - de 12 ans _____ gratuit

Je joins un chèque de _____€ à l'ordre du Pays d'Iroise

Nom _____

Prénom _____

Adresse _____

Code postal_____ Ville _____

Tél. _____

E-Mail _____

SI JE SUIS UN COUREUR…

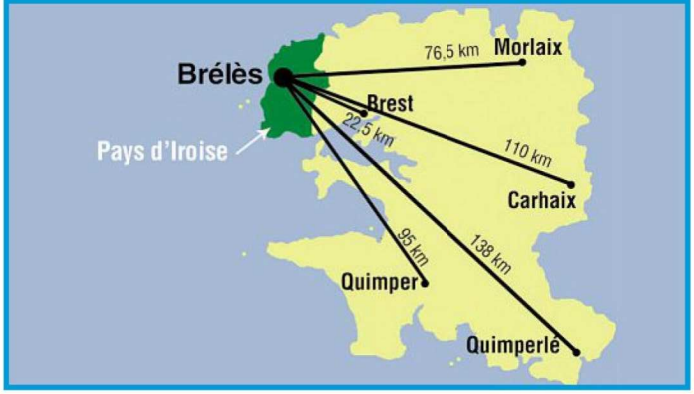
Jusqu'au 23 avril engagement en ligne sur les sites Internet www.yanoo.net et www.klikego.com

Le jour de la Balad'Iroise au village d'accueil de 7 h 30 à 8 h 15.

Règlement sur place 6 € (course ouverte aux personnes âgées d'au moins 16 ans).

Présentation obligatoire d'un certificat médical d'aptitude à la course à pied en compétition datant de moins d'un an.

Comment venir ?



Crédit photos : Julien Ogor, Nico Le Men, les offices de tourisme : Tourisme en Iroise et Lampaul-Plouarzel et la CCPI

Le Pays d'Iroise remercie pour leur collaboration :

A l'animation : les équipes municipales, les offices de tourisme : Plouarzel, Tourisme en Iroise et Lampaul-Plouarzel et les associations de Brélès : Foyer rural, l'APEL et l'OGEC Saint-Henri, Hot Club Jazz Iroise, le groupe Patrimoine, Familles Rurales et les Vanniers, **de Lanildut :** la maison de l'algue, l'Amicale laïque, **de Plouarzel :** Tre Arzh, Gwiniz du et Accor'Ami, **de Lampaul-Plouarzel :** Roc'h an poulout Muzik et Lambaol et **de Porspoder :** le B.A.R. des arts, les Amis de Calès, Menhiric et la SNSM.

Et : Frit'Iroise, Le Ru apiculteur, l'ensemble traditionnel Iroise et le bar A la soupe.

A la vente de la billetterie : les sept offices de tourisme du Pays d'Iroise et l'office de tourisme de Brest Métropole.

Et tous les bénévoles du Pays d'Iroise pour leur aide précieuse à la logistique de l'événement.